



Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>
E-ISSN: 2656-0364



PEMERIKSAAN DENYUT NADI, TEKANAN DARAH, DAN GLUKOSA DARAH DI POSYANDU LANSIA ABIYOSO POLKESBAYA

Ervi Husni, Tatarini Ika Pipit cahyani, Sherly Jeniawaty, Dina Isfentiani, Ani Media Harumi, Ira Puspitasari, Ira Rahayu Tiyyar Sari, Yuni Ginarsih, Dwi Purwanti, Ulfa Hidayah, Puspita Zella Wigati, Luthfi Rusyadi, Juliana Christyaningsih*, Melania Rizerda Pebianti

Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia
*e-mail: juliana.christy123@gmail.com

ABSTRACT

Elderly health efforts are carried out since the elderly is 60 years old and are aimed at maintaining a healthy, quality and independent life. Important factors that need to be considered by the elderly are physical and mental health. The community service activity held on 6 September 2023, located at the Poltekkes Kemenkes Surabaya, was attended by 38 elderly people. The tools used for blood pressure and pulse checks use a tensimeter while random blood glucose checks use point of care testing (POCT). The results obtained were that the elderly who participated in this programme were 68% female, besides that there were 12 out of 26 (32%) elderly with high blood pressure. There was 1 out of 38 (3%) elderly who had a pulse rate above the normal limit and 3 out of 38 (8%) elderly with blood glucose levels above the normal limit. This shows that the health condition of the elderly must be monitored by other family members so that the elderly are always healthy.

Keywords: Abiyoso Polkesbaya Elderly Integrated Healthcare Center; Blood Glucose Levels; Elderly Blood Pressure; Pulse rate

ABSTRAK

Upaya pemeliharaan kesehatan lansia dilakukan sejak lansia berusia 60 tahun dengan tujuan untuk menjaga agar tetap hidup sehat, berkualitas, dan mandiri. Kesehatan fisik dan mental menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan pada lansia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan pada tanggal 6 September 2023, berlokasi di Poltekkes Kemenkes Surabaya, dihadiri 38 lansia. Alat yang digunakan untuk pemeriksaan tekanan darah dan denyut nadi menggunakan alat tensimeter sedangkan pemeriksaan glukosa darah acak menggunakan alat point of care testing (POCT). Hasil yang didapat adalah lansia yang ikut program ini terbanyak 68% berjenis kelamin perempuan, selain itu ada 12 dari 26 (32%) lansia memiliki memiliki tekanan darah tinggi. Terdapat 1 dari 38 (3%) lansia memiliki denyut nadi di atas batas normal dan 3 dari 38 (8%) lansia dengan kadar glukosa darah di atas batas normal. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan lansia harus tetap dipantau anggota keluarga lainnya agar lansia selalu sehat,

Kata kunci: Denyut nadi, tekanan darah lansia, kadar glukosa darah, Posyandu lansia Abiyoso Polkesbaya

PENDAHULUAN

Denyut nadi atau detak jantung merupakan indikasi penting dari kesehatan jantung dan kinerja tubuh. Denyut nadi normal pada lansia saat beristirahat adalah antara 60 hingga 100 kali setiap menit (Iksan, 2020) (Rohmah, 2023). Perubahan ritme denyut nadi baik lebih cepat ataupun lebih lambat dapat menunjukkan beberapa gangguan pada jantung, seperti aritmia (Karyanto, 2023) (Rohmah, 2023). Pada saat berolahraga, jumlah maksimal denyut nadi normal pada lansia ialah sekitar 220 kali setiap menitnya dikurangi dengan usia (Rohmah, 2023). Jumlah dan ritme denyut nadi yang teratur juga berperan penting pada kelancaran sistem peredaran darah besar yang mengedarkan darah dari jantung ke seluruh tubuh (Gati, 2023). Dalam menjaga kesehatan jantung, lansia perlu memahami jumlah dan ritme Denyut nadi yang normal sesuai dengan usia dan keadaan tubuh. Selain itu, penting untuk memantau perubahan Denyut nadi dan mengkonsultasikan dengan dokter jika ada perbedaan yang signifikan (Rohmah, 2023).

Pada lansia, tekanan darah dianggap normal apabila masih di bawah rentang angka 130/80 mmHg hingga 140/90 mmHg (Sartika, 2020). Seiring dengan bertambahnya usia, pembuluh darah pada lansia semakin menebal menyebabkan jantung memerlukan kinerja yang lebih tinggi sehingga nilai normal pada tekanan darah lansia cenderung lebih tinggi daripada orang dewasa (Yunding, 2021). Lansia dapat dinyatakan hipertensi (tekanan darah tinggi) saat nilai tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg dan dinyatakan hipotensi (tekanan darah rendah) saat nilai tekanan darahnya kurang dari 90/60 mmHg (Harsismanto, 2020). Untuk menjaga tekanan darah tetap normal, lansia disarankan untuk menjalani pola hidup sehat, misalnya menjaga pola makan dengan konsumsi makanan bergizi, mengurangi asupan garam, dan melakukan pemeriksaan rutin tekanan darah pada fasilitas pelayanan kesehatan (Purwono, 2020). Penting bagi lansia untuk memahami nilai tekanan darah normal sesuai dengan usia dan menjalani pola hidup sehat guna menjaga kesehatan jantung dan tubuh secara keseluruhan (Adam, 2019).

Pemeriksaan glukosa darah pada lansia berperan penting dalam pemantauan kesehatan tubuh dan pencegahan penyakit kronis seperti diabetes. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin menyatakan bahwa kadar glukosa darah pada 85,19% lansia masih berada dalam batas normal (Reswan, 2018). Namun, persentase ini dapat berbeda-beda karena dipengaruhi oleh faktor seperti umur, gender, dan kondisi kesehatan (Adhila, 2023).

Untuk menjaga glukosa darah agar tetap dalam batas normal, faktor-faktor yang berpengaruh pada kadar glukosa darah perlu diperhatikan oleh lansia serta diperlukan penerapan gaya hidup sehat, seperti konsumsi makanan yang bergizi, mengurangi asupan garam, dan melakukan aktivitas fisik (Prasetyo, 2019). Jika ada perubahan yang signifikan dalam kadar glukosa darah, disarankan untuk mengkonsultasikan dengan dokter untuk memeriksa kondisi kesehatan (Damanik, 2022)

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan pada tanggal 6 September 2023, berlokasi di Poltekkes Kemenkes Surabaya, dihadiri 38 lansia. Kegiatan yang dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah dan denyut nadi menggunakan alat tensimeter sedangkan pemeriksaan glukosa darah acak menggunakan alat *point of care testing* (POCT).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan tekanan darah, denyut nadi dan glukosa darah acak disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik lansia

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	12	32%
Perempuan	26	68%

Berdasarkan Tabel 1, lansia yang ikut program ini terbanyak 68% lansia perempuan.

Tabel 2. Hasil pemeriksaan tekanan darah lansia

Tekanan Darah	Jumlah	Persentase
Normal	26	68%
Tinggi	12	32%

Berdasarkan Tabel 2, hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa terdapat 12 dari 26 (32%) memiliki tekanan darah tinggi.

Tabel 3. Hasil pemeriksaan denyut nadi lansia

Denyut nadi	Jumlah	Persentase
Normal (60-100x/menit)	37	97%
Tinggi (>100x/menit)	1	3%

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa 1 dari 38 (3%) lansia memiliki denyut nadi di atas batas normal.

Tabel 4. Hasil pemeriksaan glukosa darah acak pada lansia

Glukosa Acak	Jumlah	Persentase
Normal (<200 mg/dl)	35	92%
Tinggi (>200 mg/dl)	3	8%

Berdasarkan Tabel 4, hasil pemeriksaan glukosa darah menunjukkan masih terdapat 3 dari 38 (8%) lansia dengan kadar glukosa darah di atas batas normal.



Gambar 1. Pemeriksaan Denyut Nadi, Tekanan Darah, dan Glukosa Darah di Posyandu Lansia Abiyoso Polkesbaya

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan pada tanggal 6 September 2023, berlokasi di Poltekkes Kemenkes Surabaya, dihadiri 38 lansia. Kegiatan yang dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah dan denyut nadi menggunakan alat tensimeter sedangkan pemeriksaan glukosa darah acak menggunakan alat *point of care. testing* (POCT), lansia yang ikut program ini terbanyak 68% lansia perempuan, 12 dari 26 (32%) memiliki tekanan tinggi, 1 dari 38 (3%) lansia memiliki denyut nadi di atas batas normal, 3 dari 38 (8%) lansia dengan kadar glukosa darah di atas batas normal

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan hipertensi pada lanjut usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82-89.
- Adhila, S. F. A. N. P., Tari, P. I., Sitepu, F. B., & Murti, B. (2023). Edukasi Pencegahan Diabetes Pada Lansia Di Rw 13 Jebres. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(01), 97-103.
- Damanik, J. P. (2022). Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Diet Diabetes Melitus di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik Tahun 2021. *Jurnal Sosial dan Sains*, 2(3), 433-439.
- Gati, N. W., Dewi, P. S., & Prorenata, P. (2023). Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Jalakan Hargosari. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 4(1), 22-27.
- Iksan, R. R., & Hastuti, E. (2020). Terapi Murotal dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 597-606.
- Karyanto, M. D., Kartika, G. M., Cinta, A. R., Pristianto, A., & Sudaryanto, W. T. (2023). Penyuluhan Teknik Relaksasi Untuk Mencegah Dampak Lanjut Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Macanan Kebakkramat. *Beujroh: Jurnal Pemberdayaan dan Pengabdian pada Masyarakat*, 1(1), 52-62.
- Prasetyo, A. (2019). Tatalaksana diabetes melitus pada pasien geriatri. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(6), 420-422.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531-542.
- Reswan, H., Alioes, Y., & Rita, R. S. (2018). Gambaran glukosa darah pada lansia di panti sosial tresna werdha sabai nan aluih sicincin. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 673-678.
- Rohmah, H. S. N., Yuliadarwati, N. M., & Multazam, A. (2023). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Saturasi Oksigen pada Komunitas Lansia di Kota Malang. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871*, 14(1), 305-311.
- Sartika, A., Betrianita, B., Andri, J., Padila, P., & Nugrah, A. V. (2020). Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 11-20.
- Yunding, J., Megawaty, I., & Aulia, A. (2021). Efektivitas Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah: Literature Review. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 3(1), 23-32